UDS

Mi Universidad

Súper nota

Nombre del Alumno: Adriana Zohemy Roblero Ramírez

Nombre del tema: Herbolaria

Parcial: Cuarto parcial

Nombre de la Materia: Enfermería y prácticas alternativas de salud

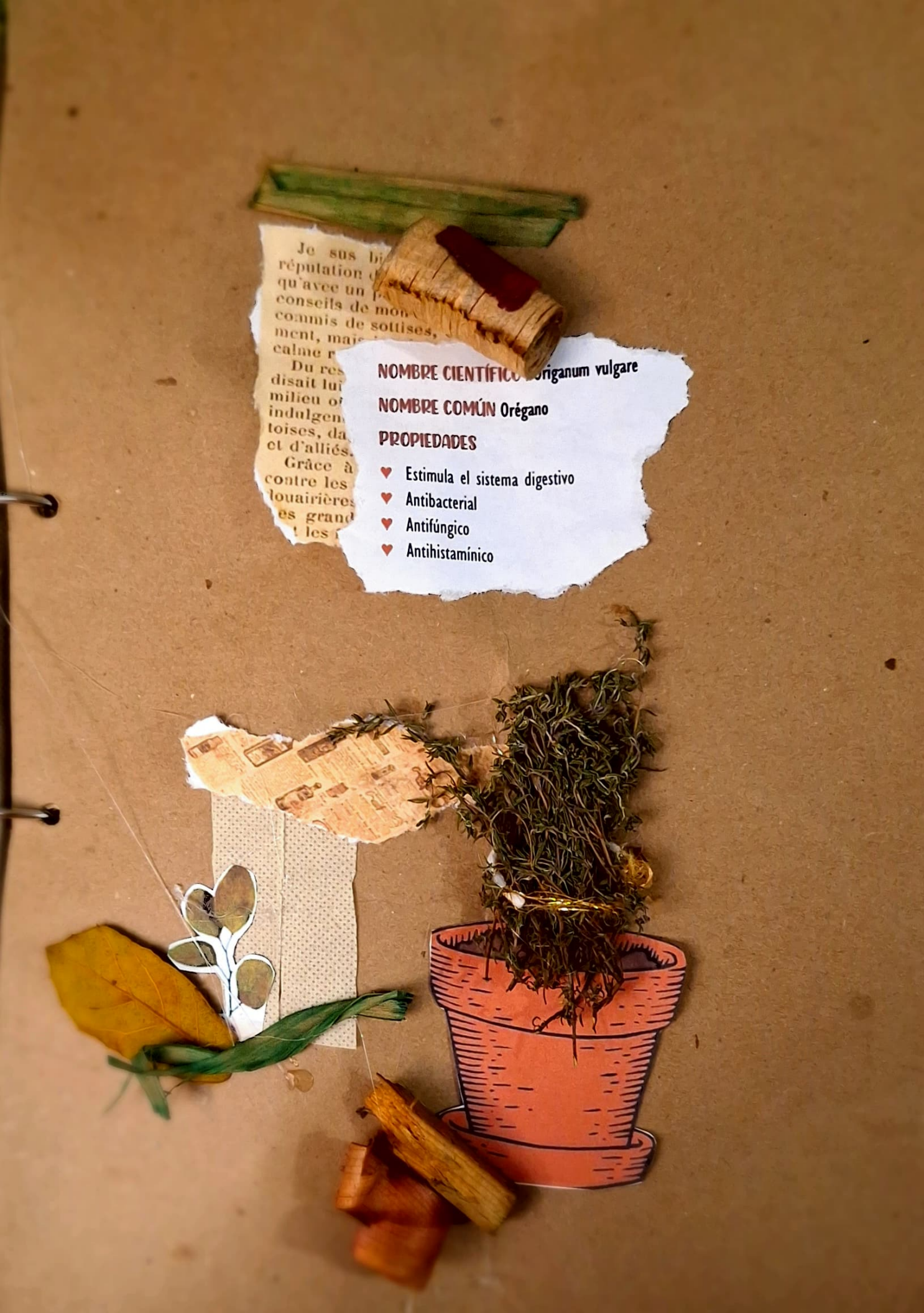
Nombre del profesor: Lic. Felipe Antonio Morales Hernández

Nombre de la Licenciatura: Licenciatura de enfermería

Cuatrimestre: Octavo cuatrimestre, grupo "A"

Lugar y fecha de elaboración: Comitán de Domínguez, 29/03/2025

Herbolaria


NOMBRE CIENTÍFICO Origanum vulgare
NOMBRE COMÚN Orégano
PROPIEDADES
Estimula el sistema digestivo
Antibacterial
Antifúngico
Antihistamínico

NOMBRE CIENTÍFICO Té de limón

NOMBRE COMÚN Cymbopogon citratus

PROPIEDADES

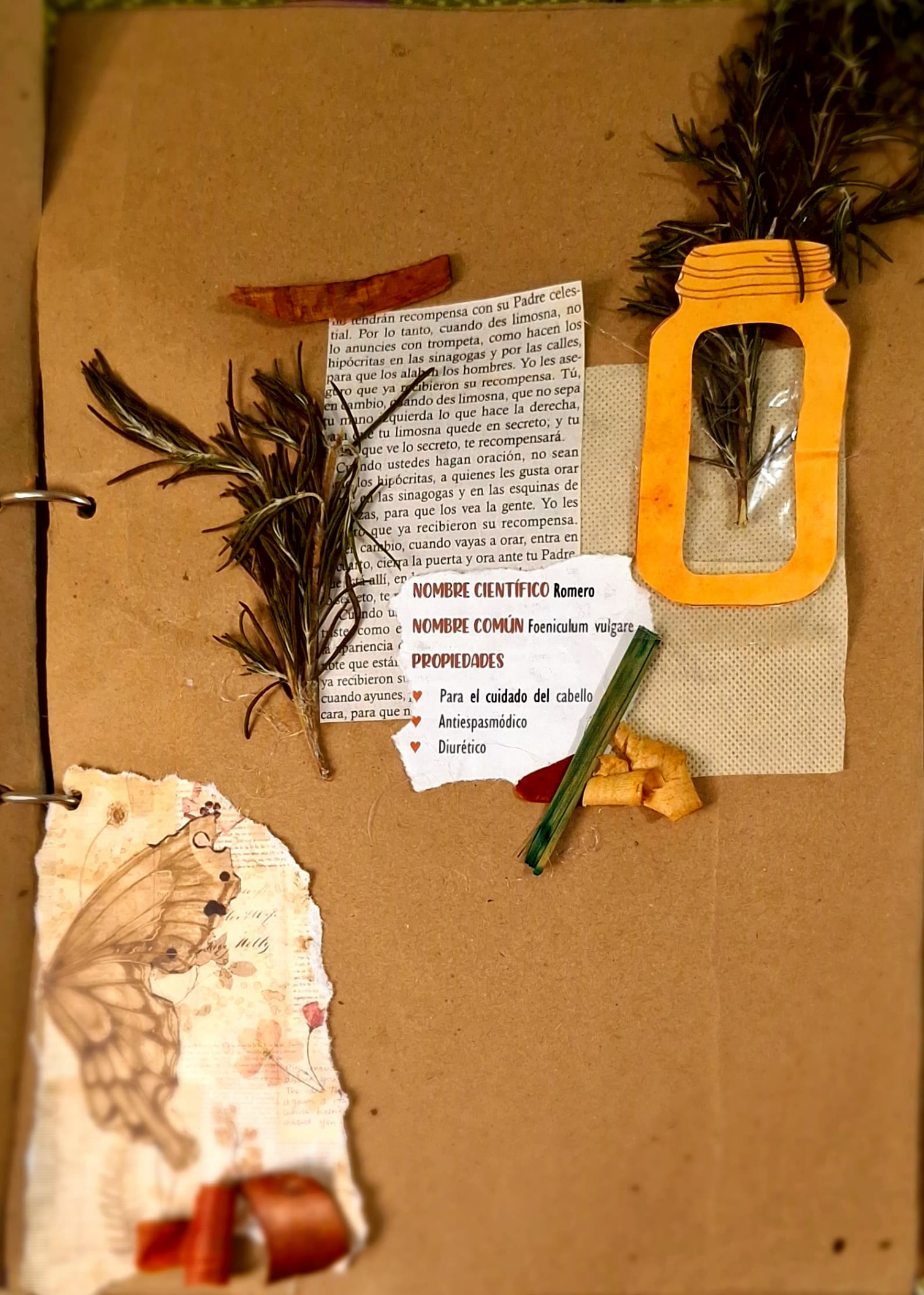
- Fortalece el sistema inmunológico y controla síntomas de la gripe o el resfriado.
- Elimina bacterias e impurezas de la piel.
- Favorece la digestión.
- Contiene antioxidante

NOMBRE CIENTÍFICO Anis

NOMBRE COMÚN Pimpinella anisum

PROPIEDADES

- Ayuda a expectorar y se utiliza como antiespasmódico y antiséptico para el tratamiento de la tos, el asma, y bronquitis.
- Protege del daño celular.
- Combate la gripe.
- Mejora la digestión.
- Regula el ciclo menstrual.
- El anís ejerce acción diurética, antifúngica, antiviral, antiespasmódica, carminativa, analgésica, anticonvulsiva, antioxidante, antiinflamatoria y antibacteriana.


tendrán recompensa con su Padre celes-
tial. Por lo tanto, cuando des limosna, no
lo anuncies con trompeta, como hacen los
hipócritas en las sinagogas y por las calles,
para que los alaben los hombres. Yo les ase-
guro que ya recibieron su recompensa. Tú,
en cambio, cuando des limosna, que no sepa
tu mano izquierda lo que hace la derecha,
que tu limosna quede en secreto; y tu
que ve lo secreto, te recompensará.
Cuando ustedes hagan oración, no sean
los hipócritas, a quienes les gusta orar
en las sinagogas y en las esquinas de
zas, para que los vea la gente. Yo les
que ya recibieron su recompensa.
en cambio, cuando vayas a orar, entra en
cuarto, cierra la puerta y ora ante tu Padre
allí, en
secreto, te
Cuando u
como e
apariencia
que está
ya recibieron su
cuando ayunes,
cara, para que n
NOMBRE CIENTÍFICO Romero
NOMBRE COMÚN Foeniculum vulgare
PROPIEDADES
Para el cuidado del cabello
Antiespasmódico
Diurético

NOMBRE CIENTÍFICO Bougainvillea glabra Choisy Fam

NOMBRE COMÚN Buganvilia

PROPIEDADES

- Antibióticas: se utiliza para tratar enfermedades respiratorias.
- Antitusígena: calma la tos.
- Expectorante: ayuda a eliminar las flemas.
- Febrífuga: combate la fiebre.
- Aumenta la capacidad de oxigenación de los pulmones.
- Acelera la cicatrización de las heridas.

NOMBRE CIENTÍFICO Matricaria chamomilla L

NOMBRE COMÚN Manzanilla

PROPIEDADES

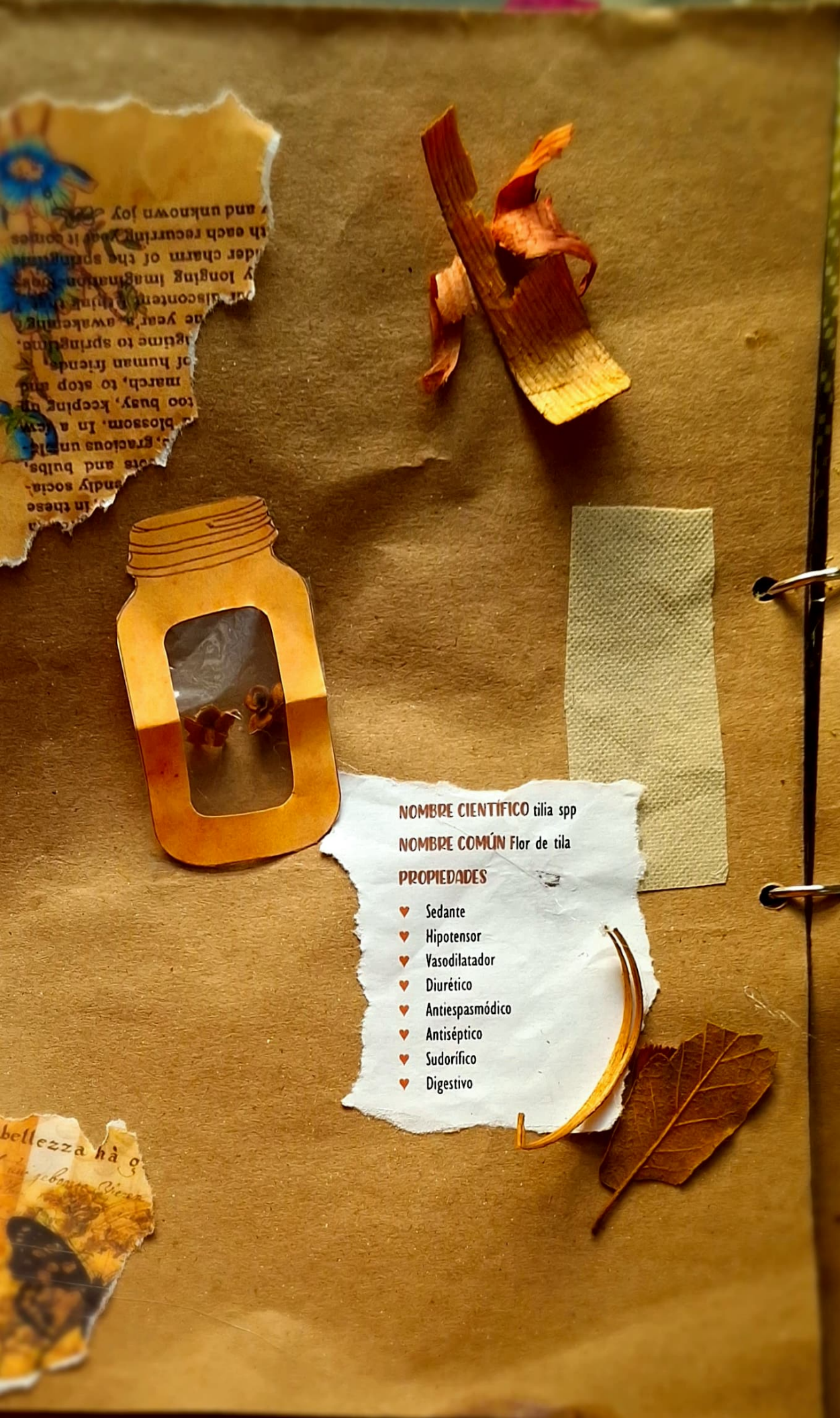
- Anticancerígeno
- Fiebre
- Inflamación
- Espasmos musculares
- Insomnio
- Ulcera
- Heridas
- Hemorroides

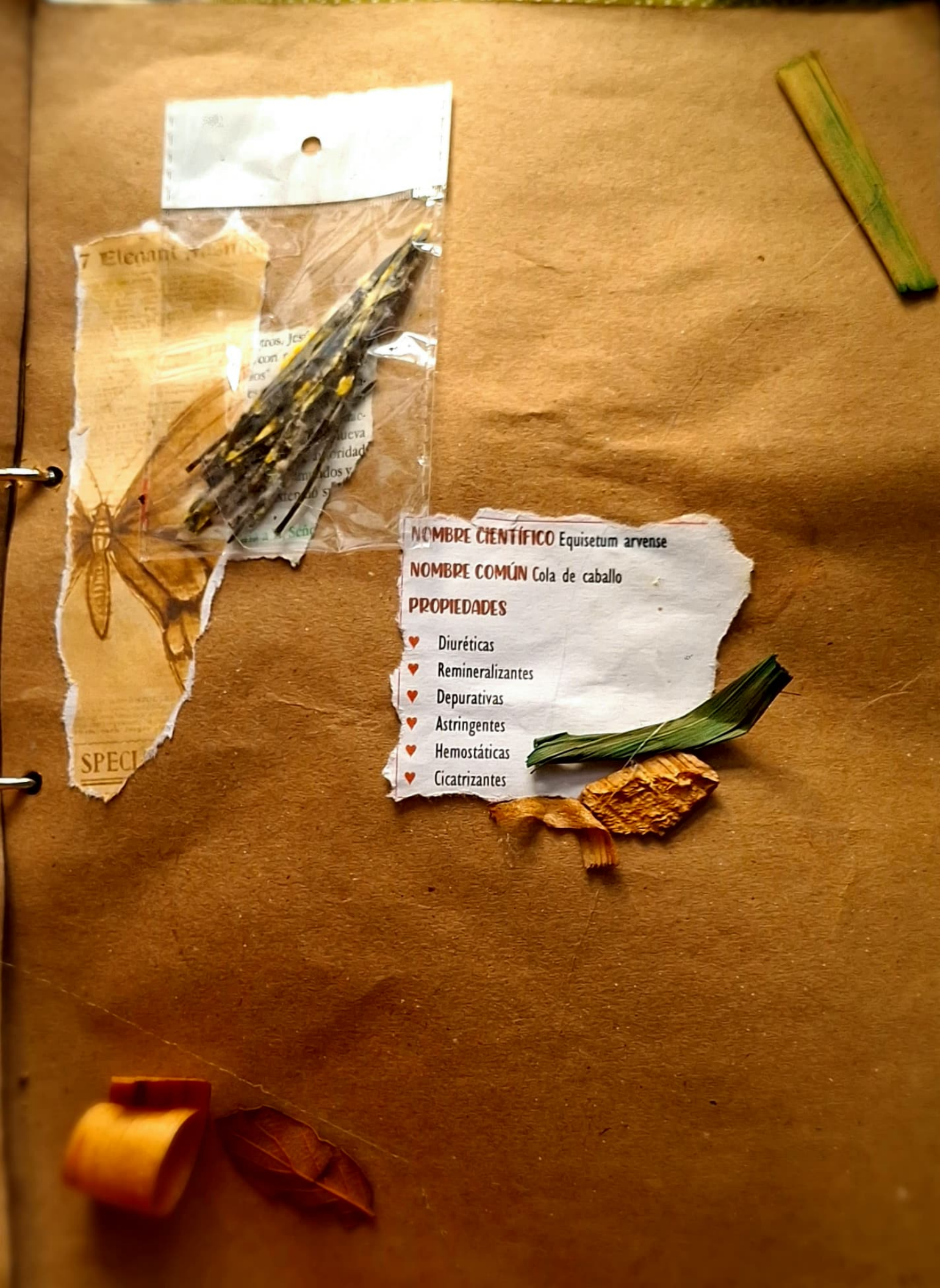
NOMBRE CIENTÍFICO Piper nigru

NOMBRE COMÚN Pimienta

PROPIEDADES

- Antisépticas
- Antiinflamatorias
- Diuréticas
- Estimula la sudoración
- Contribuye con la destrucción de las células grasas, provocando la **pérdida de peso.**


NOMBRE CIENTÍFICO tilia spp
NOMBRE COMÚN Flor de tila
PROPIEDADES
Sedante
Hipotensor
Vasodilatador
Diurético
Antiespasmódico
Antiséptico
Sudorífico
Digestivo

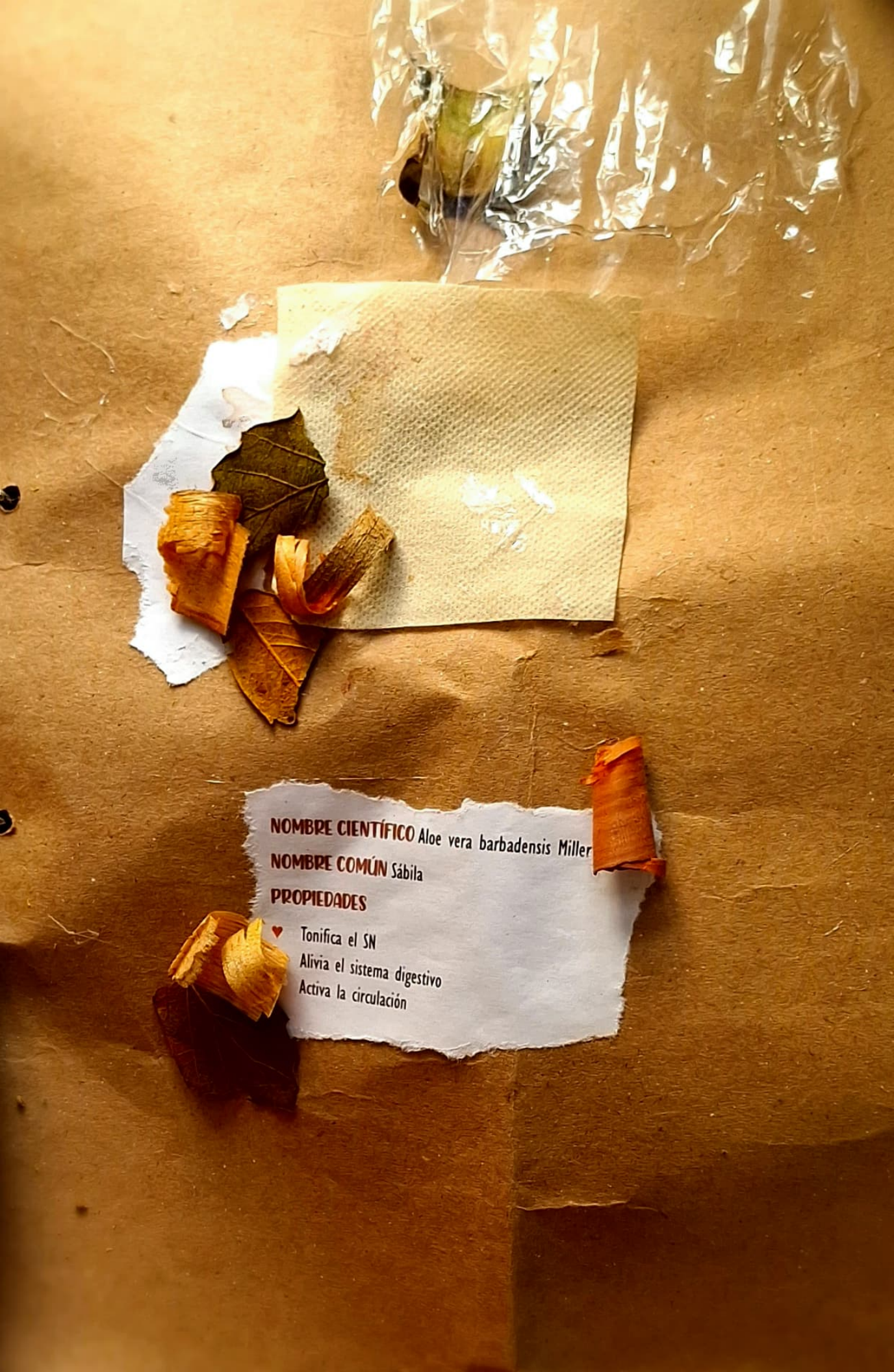

NOMBRE CIENTÍFICO Equisetum arvense
NOMBRE COMÚN Cola de caballo
PROPIEDADES
Diuréticas
Remineralizantes
Depurativas
Astringentes
Hemostáticas
Cicatrizantes

NOMBRE CIENTÍFICO Zea mays Linnaeus

NOMBRE COMÚN Pelo de elote

PROPIEDADES

- Retardar el envejecimiento
- Acción antiinflamatoria en el cuerpo
- Propiedades hipoglucemiantes


NOMBRE CIENTÍFICO Aloe vera barbadensis Miller
NOMBRE COMÚN Sábila
PROPIEDADES
Tonifica el SN
Alivia el sistema digestivo
Activa la circulación

NOMBRE CIENTÍFICO Allium sativum

NOMBRE COMÚN Ajo

PROPIEDADES

- Anticoagulante
- Antibacteriano
- Antibiótico
- Antioxidante

NOMBRE CIENTÍFICO Prunus dulcis

NOMBRE COMÚN Almendra

PROPIEDADES

- Proteínas. Contienen casi 20 gramos de proteínas por cada 100 gramos.
- Energía de calidad
- Son ricas en grasas beneficiosas.
- Calcio y otros minerales. Contribuyen al fortalecimiento de los huesos.
- Vitamina E antioxidante: Ayudan a proteger el corazón

NOMBRE CIENTÍFICO Zingiber officinale

NOMBRE COMÚN Jengibre

PROPIEDADES

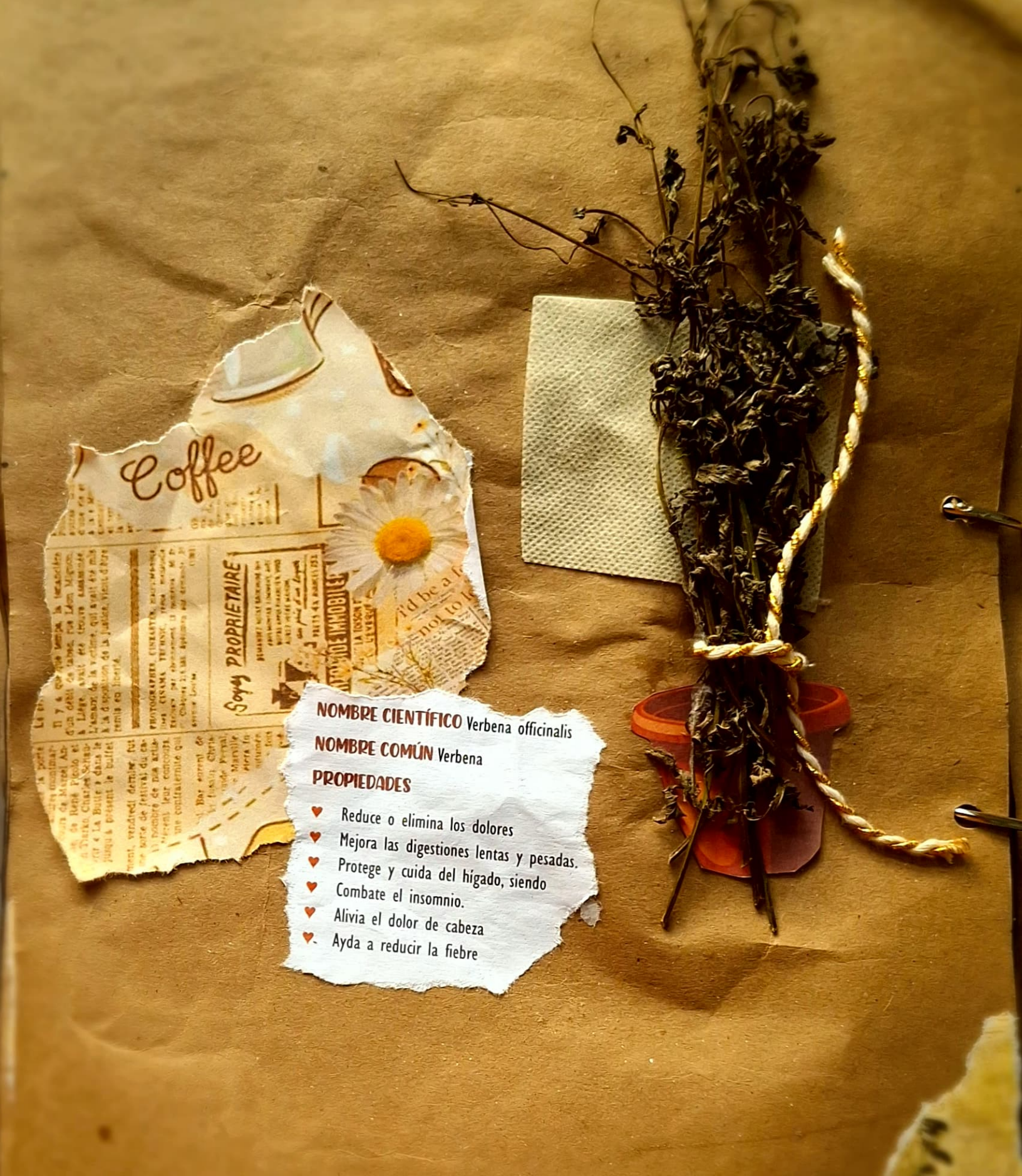
- Antioxidante
- Antiinflamatorio
- Alivio de síntomas de enfermedades respiratorias
- Mejora de dolores menstruales

NOMBRE CIENTÍFICO Ruta graveolens

NOMBRE COMÚN Ruda

PROPIEDADES

- Antibióticas: se utiliza para tratar enfermedades respiratorias.
- Menagogos
- Antiespasmódico
- Antimicrobianos
- Estimulantes
- Antitusígeno
- Tónico amargo

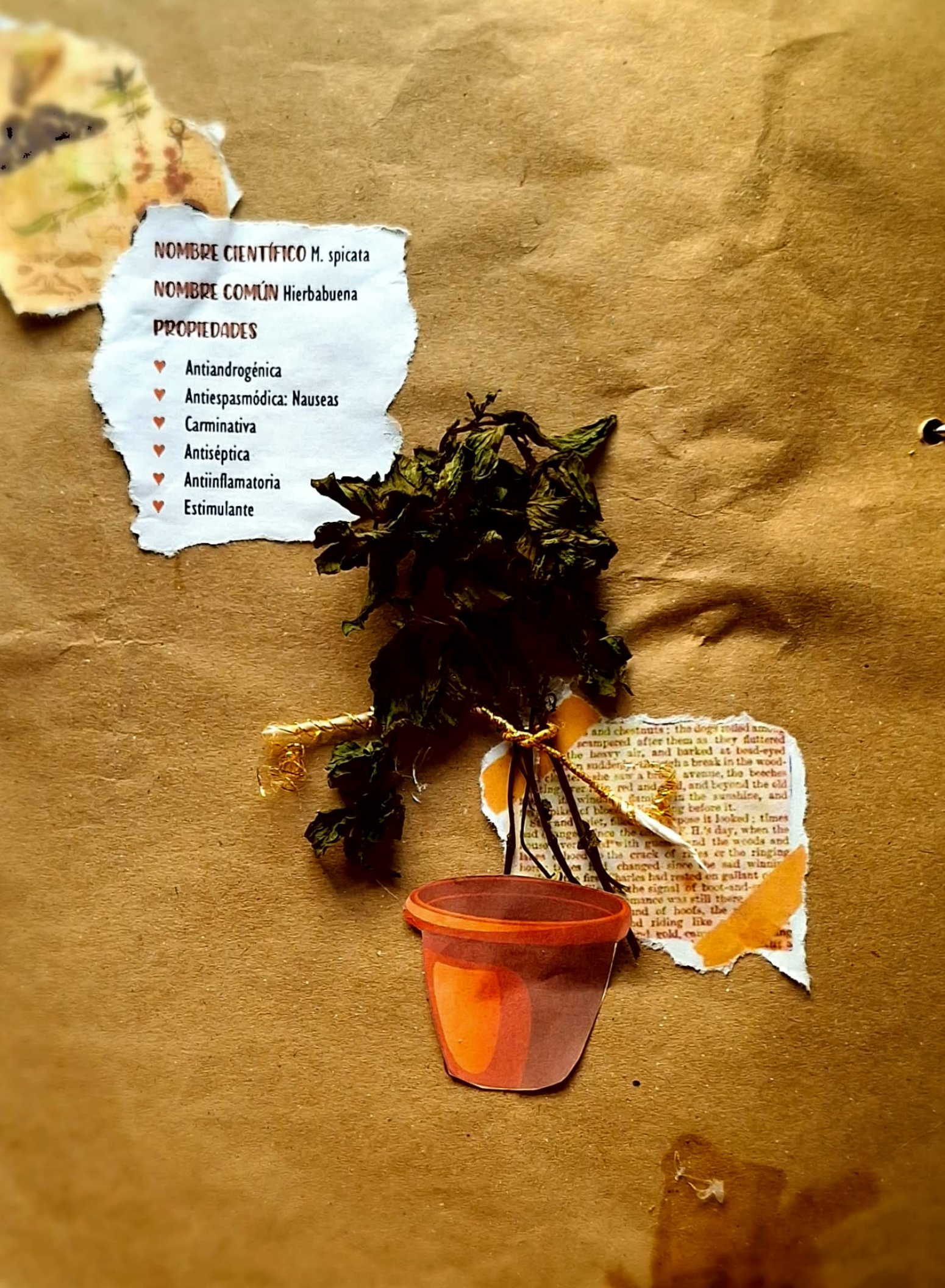


NOMBRE CIENTÍFICO Verbena officinalis

NOMBRE COMÚN Verbena

PROPIEDADES

- Reduce o elimina los dolores
- Mejora las digestiones lentas y pesadas.
- Protege y cuida del hígado, siendo
- Combate el insomnio.
- Alivia el dolor de cabeza
- Ayda a reducir la fiebre


NOMBRE CIENTÍFICO M. spicata
NOMBRE COMÚN Hierbabuena
PROPIEDADES
Antiandrogénica
Antiespasmódica: Nauseas
Carminativa
Antiséptica
Antiinflamatoria
Estimulante

NOMBRE CIENTÍFICO Dysphania ambrosioides

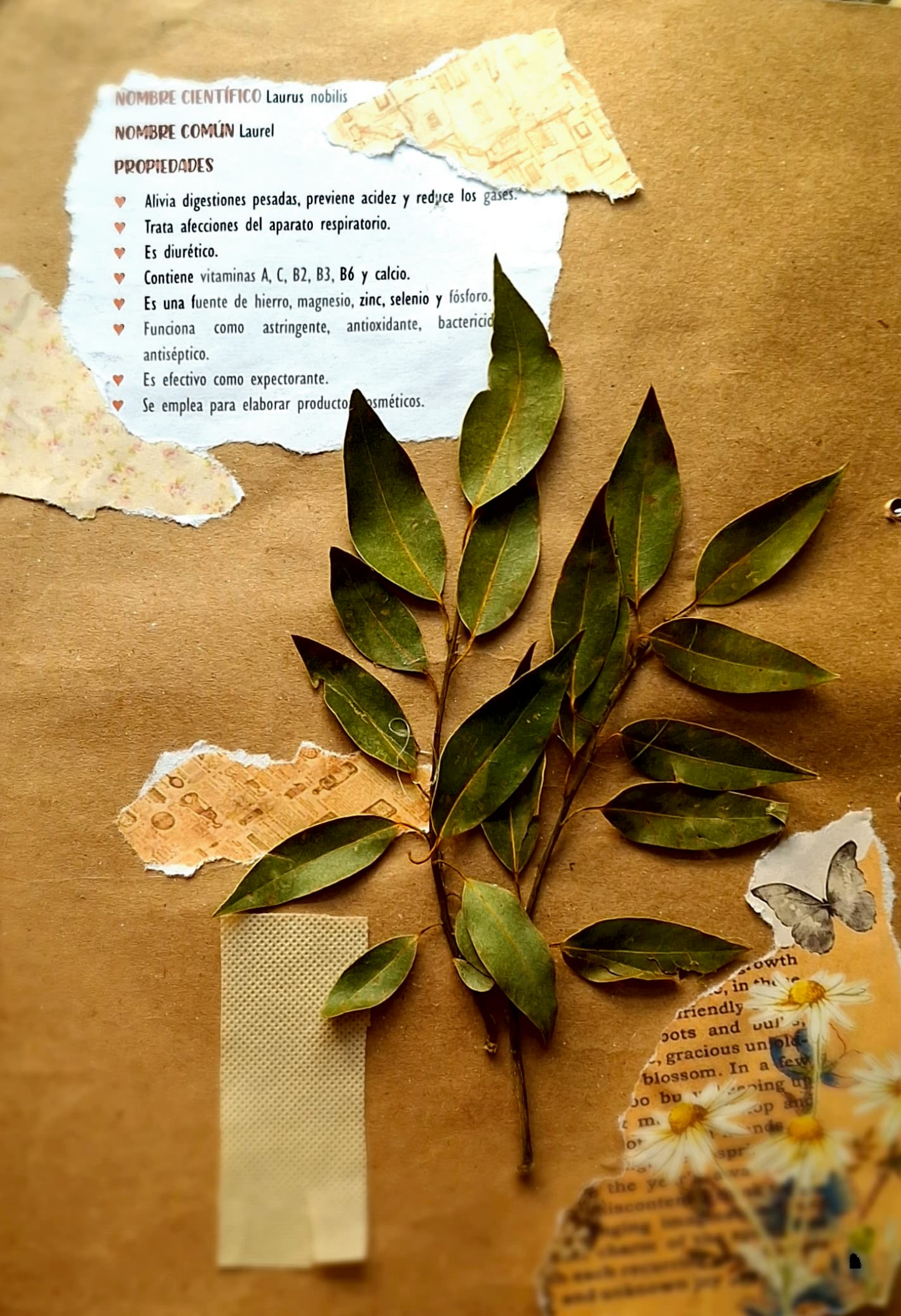
NOMBRE COMÚN Epazote

PROPIEDADES

- Rico en fibra, minerales, vitaminas.
- Antiflatulento, antiespasmódico y digestivo.
- Antihelmíntico y vermífugo.
- Antipalúdico, antiinflamatorio y analgésico.

NOMBRE CIENTÍFICO Laurus nobilis

NOMBRE COMÚN Laurel

PROPIEDADES

- Alivia digestiones pesadas, previene acidez y reduce los gases.
- Trata afecciones del aparato respiratorio.
- Es diurético.
- Contiene vitaminas A, C, B2, B3, B6 y calcio.
- Es una fuente de hierro, magnesio, zinc, selenio y fósforo.
- Funciona como astringente, antioxidante, bactericid antiséptico.
- Es efectivo como expectorante.
- Se emplea para elaborar producto osméticos.